

course landaise

6-8 ans

12 enfants

Activités d'expression

O Objectif

CHOIX RETENU

- Découvrir l'univers de la course landaise en utilisant le corps, la voix et le jeu de rôle pour exprimer des attitudes et des émotions.
- Développer l'écoute et la confiance en soi en participant à une mise en scène collective simple.

S Sensibilisation / Dramatisation

CHOIX RETENU

A. Aujourd'hui, on entre dans l'arène comme de vrais artistes du mouvement ! Un écarteur a besoin d'enfants volontaires pour jouer la peur, le courage et les gestes spectaculaires sans danger : à vous de faire vivre la scène avec votre corps et votre voix.

A Aménagement

Prévoir un espace dégagé et sécurisé, de préférence une salle ou une cour sans obstacles, avec suffisamment de place pour les déplacements libres, les déplacements en petits groupes et les passages de "présentation". Délimiter clairement une zone de jeu centralisée et une zone "public/observateurs" pour les temps de restitution. Installer le groupe en arc de cercle ou sur les côtés lors des temps d'écoute pour garder tout le monde visible. Prévoir un espace libre autour pour éviter les chocs pendant les déplacements expressifs. Si l'activité se déroule en intérieur, sécuriser le sol et éloigner tout matériel fragile. Si besoin, prévoir un coin calme pour les enfants qui auraient besoin de souffler ou d'observer momentanément. Adapter l'espace à la taille du groupe de 12 enfants afin de permettre l'expression corporelle sans gêne.

A Accueil

Rassembler les 12 enfants dans un même espace visible de tous. Expliquer brièvement le thème : découvrir la course landaise en la jouant avec le corps, la voix et des attitudes, sans danger. Présenter les règles essentielles : écouter les consignes, respecter les propositions des autres, garder ses distances pendant les déplacements, ne pas se moquer et accepter de jouer sans chercher à faire "vrai". Clarifier qu'il n'y a pas besoin de savoir déjà ce qu'est la course landaise : l'important est d'imaginer, d'oser et de participer. Former si nécessaire de petits groupes souples et interchangeables pour les temps d'improvisation. Lancer par une consigne simple et rassurante, afin d'entrer progressivement dans le jeu.

D Déroulement

CHOIX RETENU

1. Commencer par une mise en mouvement collective : les enfants se déplacent librement dans l'espace et répondent à des consignes expressives liées au thème, comme avancer avec assurance, freiner brusquement, saluer le public ou montrer la peur avec le visage et les bras.
2. Passer à un jeu de rôles guidé : l'animateur attribue des rôles simples et interchangeables — écarteur, spectateur, animal imaginaire, figurant — et les enfants improvisent de courtes interactions sans dialogue compliqué.
3. Organiser un atelier de "gestes-signatures" : chaque enfant choisit un geste marquant de son personnage, le répète plusieurs fois, puis l'associe à une voix ou à un bruitage pour créer une petite identité scénique.
4. Composer une suite en petits groupes : par 4, les enfants enchaînent leurs gestes-signatures dans un ordre décidé ensemble pour former une mini-histoire de course landaise, avec entrée, action et conclusion.
5. Faire une présentation en relais : les groupes passent les uns après les autres, tandis que le reste du groupe joue le public, puis on reprend une dernière fois en intégrant les idées les plus réussies de chacun pour une version collective plus riche.

course landaise

Suite de la fiche OSAADRAFRA : rythme, posture de l'animateur, fin de séance, rangement et analyse.

R Rythme

Prévoir une entrée progressive avec un échauffement expressif simple, puis des temps courts d'improvisation, alternés avec des retours au calme et des moments d'observation. Alternier fréquemment action collective, passage en petits groupes et écoute du reste du groupe pour éviter la fatigue et maintenir l'attention des 6-8 ans. Garder des séquences brèves et dynamiques, avec des consignes une par une. Laisser des temps de répétition pour rassurer et permettre aux enfants de réinvestir leurs idées. Prévoir des transitions visibles et claires entre les phases de jeu, de préparation et de présentation. Finir par un temps plus posé pour valoriser les réussites et revenir au cercle final.

A Animation

Adopter une posture encourageante, rassurante et très concrète. Donner des consignes simples, démontrées si besoin, puis laisser les enfants essayer sans corriger excessivement. Valoriser les prises d'initiative, les gestes inventés, les émotions exprimées et les propositions originales. Relancer avec des questions courtes : "Comment montre-t-on le courage ?", "Quel geste fait ton personnage ?", "Peut-on le faire autrement ?". Aider les enfants à entrer dans le rôle sans les mettre en difficulté, en acceptant plusieurs niveaux de participation : jouer, observer, faire un bruitage, accompagner un groupe. Réguler les temps de parole et d'action pour que chacun puisse être vu et entendu. Veiller à la sécurité lors des déplacements et à la qualité d'écoute entre les enfants. Favoriser la créativité plutôt que la performance, et garder une atmosphère ludique, bienveillante et collective.

F Fin

CHOIX RETENU

A. En cercle, chaque enfant refait son geste-signature une dernière fois ; le groupe applaudit, puis on conclut par un salut de l'arène. L'animateur demande juste : « Qu'as-tu préféré jouer ? »

R Rangement

Prévoir un rangement rapide et collectif en fin de séance. Demander aux enfants de rapporter les accessoires et de les déposer à l'endroit prévu. Trier les éléments utilisés, vérifier qu'aucun objet n'a été oublié dans l'espace de jeu et remettre la salle ou la cour en état. Si des foulards, badges ou accessoires ont été utilisés, les compter et les ranger avec l'animateur. Faire participer les enfants au rangement pour renforcer l'autonomie et le respect du matériel commun. Terminer en vérifiant que l'espace est de nouveau libre et sécurisé.

A Analyse

Vérifier si les enfants ont compris l'univers de la course landaise à travers le corps, la voix et le jeu de rôle. Observer le niveau de participation : tous les enfants ont-ils pu entrer dans l'activité, à leur manière ? Noter si la sensibilisation a permis de créer de l'envie et de poser un cadre rassurant. Évaluer la qualité de l'écoute, la prise d'initiative, la confiance en soi et la capacité à coopérer dans les petits groupes. Analyser si le rythme était adapté à des enfants de 6-8 ans : temps suffisamment courts, transitions claires, alternance entre action et observation. Repérer ce qui a bien fonctionné dans les consignes, les relances et la gestion du groupe. Identifier les éventuelles difficultés : timidité, agitation, manque de repères, temps d'attente, compréhension des rôles. En tirer des pistes d'adaptation pour une prochaine séance : simplifier ou enrichir les rôles, prolonger certains temps de répétition, mieux délimiter l'espace ou proposer davantage d'exemples moteurs.

course landaise

Liste du matériel

Matériel nécessaire	En stock	À acheter
Espace dégagé et sécurisé	☐	☐
1 signal sonore ou visuel pour marquer les temps de départ et d'arrêt	☐	☐
Éventuellement des foulards, ceintures de tissu ou petits accessoires neutres pour différencier les rôles	☐	☐
Éventuellement quelques repères au sol pour matérialiser l'aire de jeu et la zone du public	☐	☐
12 feuilles ou badges simples si l'animateur souhaite attribuer des rôles ou des équipes	☐	☐
1 support pour l'animateur avec les consignes et les rôles proposés	☐	☐

Cartes rôles - Course landaise

Cartes de jeu / jeu de rôle

Utilisation

Découper les 12 cartes, les mélanger puis en distribuer une à chaque enfant ou les piocher au hasard pendant les improvisations.



Illustration pédagogique de l'annexe

Fiche gestes-signatures - Mon personnage de course landaise

Support de consigne

Utilisation

Donner une fiche par enfant. L'enfant choisit son personnage, invente un geste simple et un bruitage, puis le répète pour le retenir pendant la mini-histoire.

Contenu

FICHE GESTES-SIGNATURES - COURSE LANDAISE

Prénom : _____

Mon personnage : _____

1) JE CHOISIS MON GESTE

Coche ce que tu veux montrer :

- ☐ le courage
- ☐ la peur
- ☐ la surprise
- ☐ la fierté
- ☐ la joie
- ☐ l'attente
- ☐ l'énergie
- ☐ la vigilance

2) J'INVENTE MON GESTE-SIGNATURE

Écris ou dessine ton geste :

- Mes bras font : _____
- Mes jambes font : _____
- Mon visage montre : _____
- Mon corps est : _____

Exemples de gestes faciles :

- lever les bras haut
- ouvrir grand les bras
- reculer d'un pas
- se pencher en avant
- mettre une main sur le cœur
- faire un grand salut
- se cacher derrière ses mains
- avancer très droit

3) J'AJOUTE MON BRUITAGE OU MA VOIX

Choisis un son court :

- ☐ « Hop ! »
- ☐ « Oh ! »
- ☐ « Bravo ! »
- ☐ « Chut... »
- ☐ « Hii ! »

[] un son inventé : _____

4) JE RÉPÈTE MON GESTE

Fais-le 3 fois :

- 1er essai : _____

- 2e essai : _____

- 3e essai : _____

5) JE LE MONTRE AU GROUPE

Quand je passe, je fais :

- mon entrée : _____

- mon geste-signature : _____

- mon bruitage : _____

- ma sortie : _____

6) PETIT DÉFI

Mon geste doit être :

[] simple

[] clair

[] visible de loin

[] facile à refaire

Ma phrase de scène :

« _____ »

ESPACE DESSIN

Dessine ici ton personnage en train de faire son geste-signature.
